بسم الله والصلاة والسلام على رسول الله صلى الله عليه وسلم

عودة من جديد معكم اخوتي واخواتي راجية من الله عزوجل التوفيق والقبول

::اثر الامن النفسي على الفرد والمجتمع::

::المراد بالأمن النفسي :

مرادى بالأمن النفسي هو أن تكون النفوس آمنه مطمئنه عند وقوع البلاء أو توقعه، بحيث لايظهر عليها قلق معيب أو جزع كثير، ولا اضطراب في الأحوال، أو ترك للأعمال، أو التهويل من شأن المصائب، أو التعظيم لمخططات الأعداء تعظيماً يفضي إلى اليأس والهوان، والإحباط والانزواء.

ومرادى منه أيضاً أن يكون العبد موصولاً بمولاه على وجه حسن، جميل التوكل، كثير الالتجاء والتبتل، عظيم الخضوع، طويل الخشوع، يحسن الذكر، ويعمل الفكر، ويديم العمل

الصالح، ولايحصل كل ذلك إلا إن كانت النفوس آمنة مطمئنة، في حرز حريز عن وساوس إبليس، ومرض التيئيس.

::أهمية الأمن النفسي :

والناظر للأمراض النفسية السارية في الحياة المعاصرة يعلم أهمية تحقيق هذا الأمر في واقع الحياة، فالقلق يستبد بالناس، والخوف من مجهول قادم يكاد يعصف بهم، هذا عدا الآثار المدمرة التي تهدد من أصبح وأمسى مكتئباً محبطاً ، خائفاً ، غير راضٍ بحاله، ولاسعيد بأيامه.

ولقد اصبح تحقيق الأمن النفسي في المجتمعات مطلباً لكل الدول والحكومات، ولكثير من مراكز الدراسات والأبحاث، وتعقد له مؤتمرات، وتصرف في سبيل تحقيقه أموال طائلة وجهود هائلة، هذا ولم يزدهم كل ذلك إلا حَوَراً في النفوس، وقلقاً واضطراباً، وجزعاً وأي جزع.

ذلك أنهم لم يستمدوا في عملهم ذلك المنهج الإلهي ولا المعونة الربانية، إنما فزعوا إلى جهد البشر فوكلهم اللّٰه

تعالى إلى أنفسم وصاروا يتعلقون لكن بسراب، ويطمحون للوصول لكم إلى خيال وخبال.

وفتحت الآلاف من العيادات النفسية يؤمها عشرات الملايين من أبناء الحضارة المعاصرة التي لم تغدهم شيئاً في تحقيق مقصود الناس الأعظم : الطمأنينة في النفوس والسعادة في القلوب ، هذا أمر معلوم من حالهم ومعروف من شأنهم ، وكل مايظهر عليهم من سعادة وطمأنينة إنما هو زينة خارجية تغلف تعاسة داخلية، والقوم يعرفون ذلك من أنفسهم، ويدركونه تمام الإدراك.

هذا والعجيب أن كثيراً من الشعوب الإسلامية تبعتهم في مسلكهم المرذول، لابتعادهم عن كتاب اللّٰه تعالى وسنة الرسول ﷺ ، فكادوا يصبحون مثلهم ويسيرون سيرهم، وكثرت في أمتنا الحوادث الغريبة والنفوس المريضة، وهذا جزاء من أعرض عن منهج اللّٰه تعالى وذهب يلتمس الهدي في غيره.

وفتحت الآلاف من العيادات النفسية يؤمها عشرات الملايين من أبناء الحضارة المعاصرة التي لم تغدهم شيئاً في تحقيق مقصود الناس الأعظم : الطمأنينة في النفوس والسعادة في القلوب ، هذا أمر معلوم من حالهم ومعروف من شأنهم ،

وكل مايظهر عليهم من سعادة وطمأنينة إنما هو زينة خارجية تغلف تعاسة داخلية، والقوم يعرفون ذلك من أنفسهم، ويدركونه تمام الإدراك.

هذا والعجيب أن كثيراً من الشعوب الإسلامية تبعتهم في مسلكهم المرذول، لابتعادهم عن كتاب اللّٰه تعالى وسنة الرسول ﷺ ، فكادوا يصبحون مثلهم ويسيرون سيرهم، وكثرت في أمتنا الحوادث الغريبة والنفوس المريضة، وهذا جزاء من أعرض عن منهج اللّٰه تعالى وذهب يلتمس الهدي في غيره.

٢/ **البعد عن مرض اليأس والإحباط:**

وهما مدمران للإنسان، ذاهبان بجَلده وقوته، نافيان لعزمه، ومتى تسربا إلى النفس حطما فيها كل تطلع للمعالى او تفكير في جميل الأماني، وقعدا بالمرء قعوداً لايأمل بعده بالعود إلا أن يشاء اللّٰه -تعالى-، والأمن النفسي كفيل بأن يبتعد بالمرء عن هذين المرضين الخطيرين،

٣/**اكتمال الشخصية الإسلامية :**

وهذا أمر مهم ، والداعية صاحب الأمن النفسي تجده مكتمل الشخصية الإسلامية أو قريباً من الاكتمال ، فهو بشوش، واسع الصدر، مطمئن، ليس بمضطرب و لاقلق، عظيم الأمل، كثير التفاؤل، يشيع الأمن والاطمئنان حوله، جميل التوكل، حسن العبادة، دائم العمل في خدمة دينه وأمته، راضٍ ، سعيد.

٤/ الثقة الكاملة بمعية اللّٰه ونصره:

وهذا بعض لوازم بعض ماذكرته آنفاً لكن لأهميته المطلقة ذكرته منفرداً ، وسيأتي الحديث إن شاء اللّٰه تعالى.

وهذا أوان الشروع في المقصود بعون الملك المعبود.

::اخوتي واخواتي ::

اعلموا يرحمكم الله انه كلما عظم الإيمان في النفوس وانتفى عنها الشرك كان ذلك ادعى لتحقيق الامن النفسي

قال تعالى،، {الذين آمنوا ولم يلبسوا ايمانهم بظلم اؤلئك لهم الامن وهم مهتدون}

:herb:والظلم المقصود هنا هو الشرك، فمن بريء من الشرك قليله وكثيره تحقق له الامن المنشود، والصفاء المطلوب

::الجانب الثاني للامن النفسي هو،

::التوكل على الله ::

وهو بحر عميق،لانه طريق المؤمنين وطريق الصالحين، وهو صلةعظمى بالله تبارك وتعالى رب العالمين، ولاغنى لعبدٍ عنه ان اراد تحقيق امن نفسه والابتعاد عن مايشوش فكره ودين الاسلام يتميز عن الأديان والمذاهب بذلك

والان نرى كثيرا من المسلمين نسوا معنى التوكل،، هذا المعنى الرائع والعبادة الجليلة وحل محلها التكالب على الدنيا والاخلاد اليها،، واصبح اكثر المسلمين متخوفين من المستقبل،،، يتأثروا سريعا بمايجري عليهم من اقدار البلاء،،، شديدي الفرح بمايتأتيهم من اقدار الرخاء

فالتوكل مهم جدا في باب الامن النفسي لأن العبد اذا قدم كل مايستطيع وبذل من الأسباب مابذل لا يبقى له الا الفزع لمولاه والثقة بموعود الله:

اذا علم القلب بكفاية الرب للعبد لاطمأن وأمن نفسيا

فما اجمل قول ربي جل وعلا

{الذين قال لهم الناس إن الناس قد جمعوا لكم فاخشوهم فزادهم ايمانا وقالوا حسبنا الله ونعم الوكيل،، فانقلبوا بنعمة من الله وفضل لم يمسسهم سوء واتبعوا رضوان الله، والله ذو فضل عظيم،، انماذلكم الشيطان يخوف أولياءه فلاتخافوهم وخافون ان كنتم مؤمنين}}

::ثالث اسباب الامن النفسي

::ذكرالله تبارك وتعالى::

فذكر الله احبتي في الله يورث العبد الامن النفسي المطلوب ويصله بالله تعالى على وجه يطمئن به

القلب وتستريح اليه النفس

قال تعالى {{الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكرالله تطمئن القلوب}}

وأحاديث الحبيب صلى الله عليه وسلم في الذكر واثره في تحقيق الامن النفسي وتثبيت القلوب كثيرة جدا

عن عبدالله بن مسعود رضي الله عنه، قال:

:قال رسول الله صلى الله عليه وسلم {{ماصاب احدا قط هم ولاحزن فقال :اللهم اني عبدك وابن عبدك وابن امتك ناصيتي بيدك،، ماض فيّ حكمك، عدل فيّ قضاؤك، اسألك بكل اسم هو لك سميت به نفسك أو علمته احدا من خلقك، او استأثرت به في علم الغيب عندك أن تجعل القرآن ربيع قلبي ونور صدري و جلاء حزني، وذهاب همي الا اذهب الله همه وحزنه وابدله مكانه فرجا

قال::فقيل:يارسول الله :الا نتعلمها؟؟

فقال صلى الله عليه وسلم، بلى،، ينبغي لمن سمعها ان يتعلمها

::الصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم ::

فهي عظيمة نافعه في تحقيق الامن النفسي وذلك بذهاب الهم كما اخبر النبي صلى الله عليه وسلم في حديث ابي بن كعب رضي الله عنه حيث قال،، كان رسول الله صلى الله عليه وسلم اذا ذهب ثلثا الليل قام فقال،،، ياايها الناس،،، اذكروا

الله،،، اذكروا الله، جاءت الراجفه، تتبعها الرادفة، جاءالموت بمافيه جاء الموت بمافيه

قال ابي بن كعب رضي الله عنه :قلت يارسول الله، اني اكثرالصلاة عليك، فكم اجعل لك من صلاتي؟؟

قال ماشئت

قلت :الربع؟؟

قال ماشئت وان زدت فهو خير لك

قلت،، النصف؟

قال:ماشئت، وان زدت فهو خير لك

قلت:والثلثين؟

قال ::ماشئت، وان زدت فهو خير لك

قال :اجعل لك صلاتي كلها

قال:اذاً تكفى همك ويغفر لك ذنبك

::وعن أسماء بنت عميس رضي الله عنها قالت:

قال لي رسول الله صلى الله عليه وسلم

){ألا اعلمك كلمات تقولينها عند الكرب، او في الكرب، الله الله ربي ولا اشرك به شيئا

::عند الخروج

عن انس بن مالك رضي الله عنه قال،

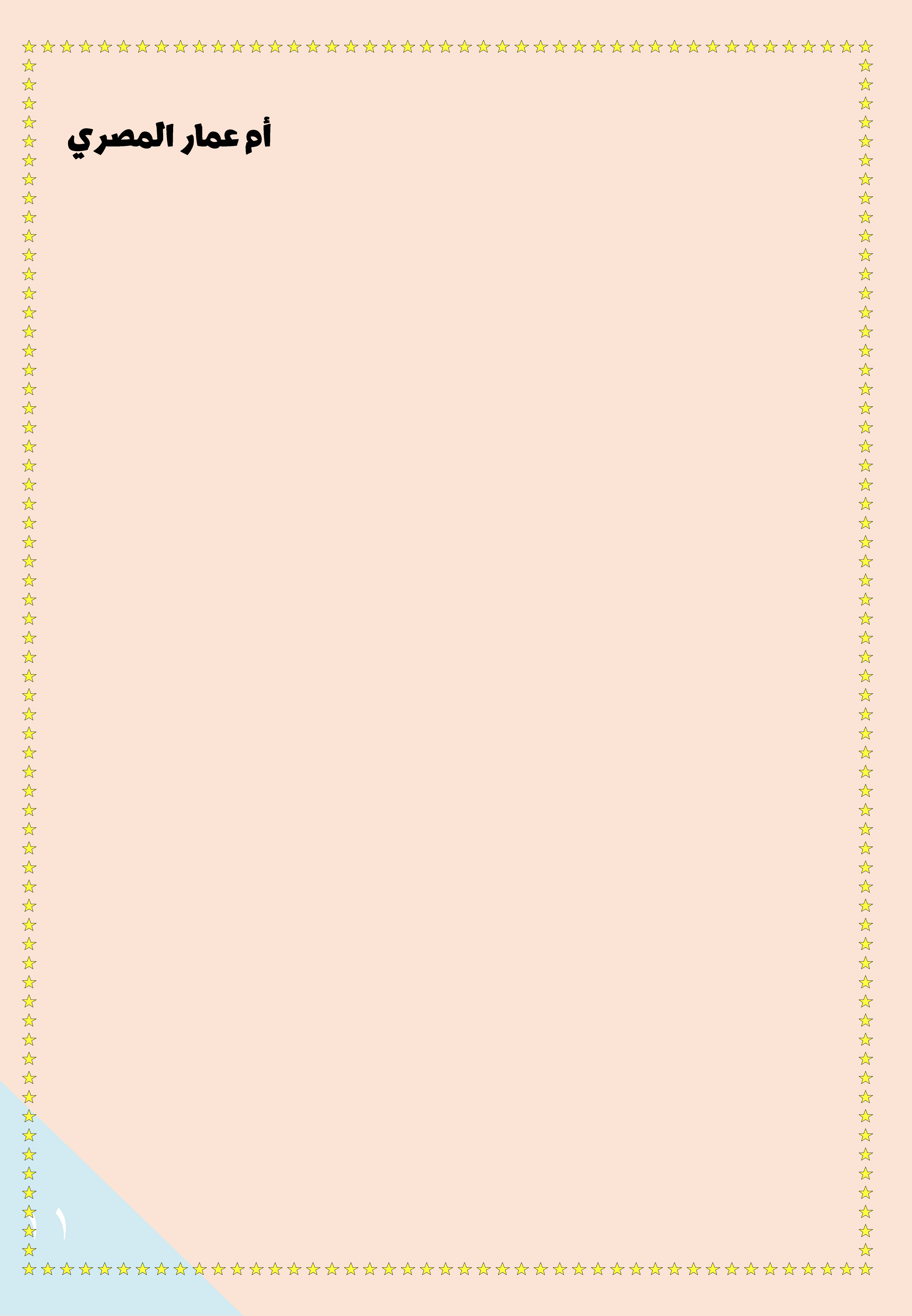
قال رسول الله صلى الله عليه وسلم

{من قال، يعني اذا خرج من بيته، بسم الله، توكلت على الله، لاحول ولا قوة الا بالله يقال له :كفيت، ووقيت، وتنحى عنه الشيطان}

الله اكبر،،، ماذا يريد العبد لتحقيق امنه النفسي اكثر من الكفاية والوقاية اذا خرج من بيته وان يتنحى عنه الشيطان بكيده ووسوسته!!! ؟

::اكتفي بهذا القدر اليوم من اسباب الامن النفسي

جزاكم الله خيرا على صبركم على مجالس الذكر وتقبل الله منا ومنكم صالح الأعمال



أم عمار المصري